https://www.printo.it/pediatric-rheumatology/CH_FR/intro

Syndrome de Douleurs aux Membres

Version de 2016

5. Douleurs de croissance

5.1 Qu'est-ce que c'est ?

Le terme douleurs de croissance se réfère à un ensemble de douleurs caractéristiques, mais bénignes au niveau des membres, apparaissant généralement chez les enfants entre l'âge de 3 à 10 ans. On l'appelle également « douleurs infantiles bénignes aux membres chez l'enfant » ou « douleurs nocturnes récurrentes aux membres ».

5.2 Quelle est la fréquence de cette maladie ?

C'est une maladie infantile fréquente. Elle touche entre 10 et 20 % des enfants dans le monde avec une fréquence identique chez les filles et les garçons.

5.3 Quels sont les symptômes principaux ?

Les douleurs apparaissent principalement au niveau des jambes (tibias, mollets, cuisses ou arrière des genoux) et sont souvent bilatérales. Elles surviennent tard dans la journée ou la nuit et réveillent ainsi l'enfant. Les parents rapportent fréquemment des douleurs après une activité physique.
Les épisodes douloureux durent généralement entre 10 et 30 minutes, bien qu'ils persistent parfois seulement quelques minutes ou plusieurs heures. Les douleurs peuvent être d'intensité légère ou très importante. Les douleurs de croissance sont intermittentes avec des intervalles non douloureux durant plusieurs jours voire plusieurs mois. Dans certains cas, les épisodes douloureux sont journaliers.

5.4 Comment diagnostiquer cette maladie ?

Les douleurs caractéristiques combinées à l'absence de symptômes le matin et un examen physique normal, pointent vers cette maladie. En principe, les résultats aux examens de laboratoire et aux radiographies sont toujours normaux. Cependant, il peut être utile de réaliser tout de même des radiographies pour exclure d'autres pathologies.

5.5 Comment traiter cette maladie ?

Expliquer le côté bénin de cette maladie réduit l'anxiété chez les enfants et leurs familles. Pendant les épisodes douloureux, des massages localisés, l'application de chaleur ainsi que des analgésiques peu puissants peuvent soulager l'enfant. Chez les enfants souffrant d'épisodes fréquents, une dose d'ibuprofène administrée le soir peut contribuer à contrôler les épisodes douloureux plus graves.

5.6 Quel est le pronostic de cette maladie ?

Les douleurs de croissance ne sont pas associées à des maladies organiques sévères et disparaissent généralement spontanément à la fin de l'enfance. On n'observe plus aucune douleur chez 100 % des enfants au fil du temps.